



ŚNIADANIE			II ŚNIADANIE			OBIAD			PODWIECZOREK			KOLACJA		
Indeks	Nazwa Potrawy (Produktu)	Norma	Indeks	Nazwa Potrawy (Produktu)	Norma	Indeks	Nazwa Potrawy (Produktu)	Norma	Indeks	Nazwa Potrawy (Produktu)	Norma	Indeks	Nazwa Potrawy (Produktu)	Norma
1343	Szynka gotowana	60 g	010981	Płatki jęczmienne na mleku got.		01126	Koperkowa lekk.got.		1027	Podwieczorek (o)		1324	Poledwica wędz.	60 g
3628	Pomidory	50 g		Mleko	300 g		Ziemniaki	150 g		Ogonówka	50 g	1708	Herbata b/c,chleb sł,mr	
3634	Salata ziel.	10 g		Płatki jęczmienne	30 g		Mąka pszenna	5 g		Masło roślinne	10 g		Herbata	2 g
1708	Herbata b/c,chleb sł,mr						Koperek	10 g		Chleb krojony	50 g		Chleb słonecznikowy	100 g
	Herbata	2 g					Marchew	30 g					Masło roślinne	10 g
	Chleb słonecznikowy	100 g					Pietruszka	10 g				3635	Salata lodowa	50 g
	Masło roślinne	10 g					Selery	10 g						
							Mleko	40 g						
							Sól	10 g						
							Jarzynka	2 g						
						03070	Pulpet wp. got. w sosie jarzynowym							
							Łopatką wieprzowa	100 g						
							Jaja	0,1s						
							Mąka pszenna	30 g						
							Margaryna zw.	5 g						
							Marchew	30 g						
							Pietruszka	30 g						
							Selery	30 g						
							Mleko 2%	40 g						
							Bułka 100g	0,2sz						
						09141	Ziemniaki got.							
							Ziemniaki	300 g						
							Mleko	15 g						
						09126	Surówka z marchewki i jabłka b/c							
							Marchew	150 g						
							Śmietana 18%	20 g						
							Majonez	20 g						
							Jabłka	60 g						
						13219	Kompot z jabłek b/c got.							
							Jabłka	80 g						
Wartość kaloryczna		399 [kcal]	Wartość kaloryczna		266 [kcal]	Wartość kaloryczna		1157 [kcal]	Wartość kaloryczna:		264 [kcal]	Wartość kaloryczna:		400 [kcal]
Wartość zestawu:		_____ [zł]	Wartość zestawu:		_____ [zł]	Wartość zestawu:		_____ [zł]	Wartość zestawu:		_____ [zł]	Wartość zestawu:		_____ [zł]

Wartość Energetyczna		Tłuszcze	Kwasy Tłuszcz. Nasycone	Węglowodany	Cukry	Białka	Sól	Sód	Błonnik	Cholesterol
[kJ]	[kcal]	[g]	[g]	[g]	[g]	[g]	[g]	[mg]	[g]	[mg]
10398.00	2484.00	66.54	21.68	341.94	55.19	112.66	16.73	1841.75	55.98	388.50

POSILEK	Występujące Alergeny
Śniadanie	Gorczyca Jajka Mleko Seler Soja Gluten
II Śniadanie	Mleko Gluten
Obiad	Jajka Mleko Seler Gluten
Podwieczorek	Gorczyca Jajka Mleko Seler Soja Gluten
Kolacja	Gorczyca Jajka Mleko Seler Soja Gluten

.....

.....

.....

.....

.....